

“超长假期”迎来更多“小眼镜”

专家呼吁预防近视需全社会参与

新华社记者 白丽萍 梁军 黄筱

多地中小学近日已全面复课，在关注返校疫情防控的同时，孩子的视力问题也让家长们忧心忡忡，经过一个漫长的假期，又有同学戴上了眼镜，有的同学小眼镜又变厚了。专家表示，预防青少年近视是一项综合性系统工程，全社会都应该动员起来、行动起来。

超长假期结束了 “小眼镜”变多了

甘肃省张掖市五年级学生张媛媛原本有50度左右的近视，受疫情影响，张媛媛整个寒假都没有出门，所有活动基本围绕家里的“三电”——电脑、电话、电视。开学前，家人发现她看东西时一直眯着眼睛，还不停地揉眼睛，到医院检查发现近视度数已上升到100度。

浙江大学医学院附属邵逸夫医院眼科副主任医师潘飞说，他从女儿上小学起，就主动做起女儿所在班级的“视力管理员”，监测管理该班同学的视力变化。这个假期结束后，潘飞摸排发现，有两名同学从原先的不近视变成近视，还有两名同学从近视边缘转为近视，共有4名同学要进行视力干预和矫正。

此外，最近到医院眼科门诊检查眼睛和视力的孩子也明显多了起来。兰州大学第一医院眼科主任田蔓男表示，就诊患者中学生是主要群体。

不仅城市的孩子有很多“小眼镜”，青少年近视问题在农村同样严重。记者在甘肃兰州、武威部分农村学校门口进行蹲点观察，排队放学的一队列30位学生中，有10位学生都戴着眼镜。

甘肃张掖市教育部门一名负责人说，现在4个农村学生中就有1个学生近视，“过去在农村，视力不良问题没有那么严重，但是近年来，农村学生的视力不良上升速度已经开始超过城市！”



新华社发 朱慧卿 作

电子产品使用“超限”增加近视防控压力

假期对孩子来说是一种身心放松，但生活作息容易变得不规律，“如果缺少家长的监督，看电视、玩手机的时间就会增加，今年多了网课，学生们视力下降尤其明显。”四川省成都市成华区建设路小学吴老师说。

陕西咸阳秦都区家长吕松伟发现，读幼儿园中班的儿子班里已有个别同学近视，“孩子在家里本身就依赖电视、手机，到了学校，触屏教学一体机替换了过去的粉笔和黑板，教学工具电子化让我对孩子的视力非常担忧。”吕松伟说。

当前青少年在日常学习过程中，同各类电子产品的接触越来越紧密。一些学校和培训机构为了方

便管理，运用智能化教学设备，过多引入各类教学软件和系统，推行手机APP做作业、线上答题等，在一定程度上延长了孩子们与电子屏幕的接触时间。

浙江大学医学院附属儿童医院眼科副主任史彩平认为，孩子近视在假期更容易加深，主要原因是假期有的孩子锻炼不足，户外活动不够，身体综合素质有所下降；同时，假期里学生相对放松，家长管理也不够严格，看电视、使用电子产品容易“超限”，“此次超长假期中开设的大量网课，与学生近视加深也有一定关系”。

田蔓男也认为密集的网课预习、复习、做作业都依赖电子屏，增加了近视防控的压力。

预防需全社会参与 家长首先不做“低头族”

新冠肺炎疫情期间，儿童青少年电子产品使用增多、户外活动减少，增加了近视发生和进展的风险。为指导疫情期间儿童青少年近视预防，国家卫生健康委疾控局前不久制定印发了《儿童青少年新冠肺炎疫情期间近视预防指引》，对线上学习期间近视预防、复学后近视预防、疫情期间学生视力监测和屈光筛查等作出具体的指导方案。

“要把现有措施落实到位，真正发挥作用。但光靠政府、学校努力还不够，预防青少年近视、降低近视发生率还需要社会、家庭的深度参与。”兰州市教育局局长南战军认为，要真正树立起健康第一的理念，除了学校努力外，家长的意识也要到位，家庭的饮食结构、对青少年体育锻炼的支持和督促都很重要。

南战军等建议，为了提供更好的锻炼环境，今

后还应进一步统筹学校体育锻炼场地建设项目和周边资源，为学生们加强体育锻炼提供更充足的场地空间。

国家卫健委疾控局监察专员王斌表示，学校应该是近视防控的主阵地。首先健康的知识是孩子们最好的“护眼液”，学校应该在这个过程中承担起主体责任，对孩子们进行广泛的健康教育，为孩子们的眼健康提供良好的环境，“通过家校的联动，多方行动起来，形成全社会同防同控、群防群控的良好氛围。”

常态化疫情防控期间，除了养成良好的用眼习惯外，潘飞提到家长们更要以身作则，尽力不做“低头族”，不要用手机等电子产品充当“电子保姆”，多带孩子参加户外运动。同时，密切关注孩子的用眼行为和用眼环境变化，督促他们养成良好的生活方式和用眼习惯，一起保护好心灵的窗户。



新华社发 程硕 作